

PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DAN PARA IBU DALAM PENANGGULANGAN STUNTING DI DESA MASKUNING KULON, PUJER, BONDOWOSO

Indah Yulia Ningsih^{1*}, Dewi Dianasari², Nuri³, Ika Barokah Suryaningsih⁴

^{1,2,3}Fakultas Farmasi, Universitas Jember, Jember

⁴Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Jember, Jember

*E-mail: indahyulianingsih.farmasi@unej.ac.id

Abstrak

Salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian di Indonesia adalah stunting karena dapat menimbulkan dampak buruk jangka pendek dan jangka panjang, seperti terganggunya pertumbuhan fisik, metabolisme, dan kecerdasan, peningkatan risiko munculnya berbagai penyakit, dan lain-lain. Salah satu daerah yang masih tinggi prevalensi stunting-nya adalah Desa Maskuning Kulon, Kecamatan Pujer, Kabupaten Bondowoso, yaitu sebesar 34,97%. Masyarakat desa ini didominasi petani dan buruh tani dengan tingkat perekonomian rendah yang berpengaruh pada rendahnya akses terhadap makanan bergizi. Tingkat pendidikan yang didominasi lulusan SD dan SMP juga menyebabkan kurangnya pengetahuan tentang pola makan yang baik. Oleh karena itu, pada kegiatan pengabdian ini dilaksanakan penanggulangan stunting berupa intervensi gizi spesifik yang meliputi pembentukan kader sadar gizi, kegiatan penyuluhan dan pelatihan terkait IMD, ASI, MP-ASI, dan makanan bergizi yang ditujukan bagi kader Posyandu dan para ibu. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dan para ibu dapat membantu menurunkan prevalensi stunting di Desa Maskuning Kulon hingga mencapai 27,97% selama 6 (enam) bulan pelaksanaan kegiatan pengabdian. Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan diketahui bahwa upaya intervensi gizi spesifik efektif dalam mengatasi masalah stunting di Desa Maskuning Kulon.

Kata kunci: Gizi Spesifik, Makanan Bergizi, Stunting

Abstract

One of health problems which becomes a concern in Indonesia is stunting because it causes short-term and long-term adverse effects, such as disruption of physical growth, metabolism, and intelligence, increase of the risk for various diseases, etc. One area with a high prevalence of stunting was Maskuning Kulon Village, Pujer District, Bondowoso Regency, which was 34,97%. This village community was dominated by farmers and farm laborers with low economic levels which affected low access to nutritious food. The education level which was dominated by elementary and junior high school graduates also caused a lack of knowledge about good eating patterns. Therefore, this service activity was carried out to prevent stunting in the form of specific nutritional interventions included the formation of kader sadar gizi, counseling and training activities related to IMD, ASI, MP-ASI, and nutritious food aimed to kader Posyandu and mothers. Knowledge and skills improvement of kader and mothers could help reduce the prevalence of stunting in Maskuning Kulon Village by up to 27,97% for 6 (six) months of implementation of service activities. Based on the activities that had been carried out, it was known that specific nutrition intervention efforts were effective to overcome stunting problem in Maskuning Kulon Village.

Keywords: Specific Nutrition, Nutritious Food, Stunting

1. Pendahuluan

Salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat adalah melalui penancangan program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) oleh Kementerian Kesehatan yang bertujuan untuk menanggulangi berbagai masalah kesehatan, seperti stunting, TBC, dan penyakit lainnya yang dapat dicegah dengan imunisasi. Stunting merupakan kondisi balita yang terlalu pendek untuk usianya akibat gagal tumbuh karena kekurangan gizi kronis. Ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya

stunting, di antaranya adalah faktor ibu yang mengalami kurang nutrisi saat remaja, hamil, menyusui, dan infeksi. Faktor lain penyebab stunting adalah kualitas pangan yang rendah, faktor pendidikan, ekonomi, budaya, infrastruktur, dan lingkungan (TNP2K, 2017; Kemenkes RI, 2018).

Kabupaten Bondowoso merupakan salah satu kabupaten di Jawa Timur dengan prevalensi stunting cukup tinggi. Salah satu kecamatan di Kabupaten Bondowoso yang masih belum dapat menuntaskan kasus ini adalah Kecamatan Pujer, khususnya Desa Maskuning Kulon. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Pujer diketahui bahwa prevalensi stunting di Kecamatan Pujer pada tahun 2018 sebesar 25,08%, sedangkan prevalensi stunting di Desa Maskuning Kulon tergolong tinggi, yaitu sebesar 34,97% di mana terdapat 20 anak dengan kategori sangat pendek dan 80 anak dengan kategori pendek.

Salah satu usaha untuk mengatasi stunting adalah dengan intervensi spesifik gizi yang diterapkan pada ibu hamil, bayi 0-6 bulan dan ibu, bayi 7-24 bulan dan ibu (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan informasi dari Puskesmas Pujer, diketahui bahwa pada tahun 2018 masih dijumpai sebanyak 13 orang ibu hamil kurang energi kronis (BMKEK) akibat kekurangan gizi di Desa Maskuning Kulon. Kondisi ini cenderung menyebabkan ibu melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) dengan risiko kematian yang tinggi dan akan mengalami gangguan pertumbuhan (Fajriana & Buanasita, 2018). Pada tahun 2018 diketahui terdapat sejumlah 11 BBLR di Desa Maskuning Kulon. Selain itu, jumlah ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya hingga 6 bulan sebanyak 50%, dan jumlah ibu yang tidak melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) sebanyak 34,38%.

Mayoritas penduduk Desa Maskuning Kulon bekerja sebagai petani dan buruh tani. Tingkat perekonomiannya secara umum cukup rendah. Berdasarkan data BPS Kabupaten Bondowoso tahun 2015, jumlah keluarga Pra Sejahtera cukup dominan, yaitu 40,36%. Oleh karena itu, daya beli masyarakat Desa Maskuning Kulon juga rendah. Hal ini menyebabkan akses terhadap makanan bergizi menjadi rendah. Tingkat pendidikan masyarakatnya juga cukup rendah dengan didominasi tamat SD/ sederajat sebanyak 1.263 orang dan tamat SLTP/ sederajat sebanyak 749 orang. Hal ini menyebabkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan termasuk Inisiasi Menyusui Dini (IMD), ASI, dan Makanan Pendamping-ASI (MP-ASI); dan makanan bergizi seimbang menjadi rendah. Selain itu, di Desa Maskuning Kulon belum ada kader yang khusus menangani rendahnya gizi dalam rangka penanggulangan stunting. Saat ini promosi kesehatan terkait gizi telah dilaksanakan oleh pihak Puskesmas Pujer, namun hasilnya terhadap perbaikan kondisi stunting tidak terlalu signifikan. Oleh karena itu, melalui kegiatan pengabdian yang bermitra dengan Kepala Desa Maskuning Kulon ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kader Posyandu dan para ibu terkait stunting dan penanganannya, sehingga Desa Maskuning Kulon menjadi desa bebas stunting.

2. Metode Pelaksanaan

2.1 Penyuluhan dan pelatihan kader sadar gizi

Pembentukan kader sadar gizi dilaksanakan berdasarkan kader balita yang telah terbentuk sebelumnya di Desa Maskuning Kulon. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan mengenai tujuan pembentukan kader sadar gizi, kegiatan yang akan dilakukan, dan manfaatnya dalam penanggulangan stunting. Pada kegiatan pelatihan, para kader akan dilatih untuk mensosialisasikan manfaat makanan bergizi seimbang kepada masyarakat Desa Maskuning Kulon, termasuk contoh makanan dan cara pengolahannya. Kader sadar gizi juga dilatih untuk melakukan pendampingan ibu hamil, dan menyusui, pendataan bumil dan balita, serta pemantauan pertumbuhan balita. Dengan kegiatan ini diharapkan dapat terbentuk kader sadar gizi dengan pengetahuan yang memadai untuk dipraktikkan secara langsung kepada masyarakat, seperti manfaat makanan bergizi seimbang kepada masyarakat Desa Maskuning Kulon, termasuk contoh makanan dan cara pengolahannya.

2.2 Penyuluhan dan pelatihan kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita

Pada kegiatan ini, ibu hamil akan diberikan informasi mengenai pentingnya makanan bergizi dan bahan-bahan lainnya bagi pertumbuhan dan perkembangan janin, disertai penjelasan tentang risiko akibat tidak mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, termasuk stunting. Materi lainnya terkait IMD, ASI, dan MP-ASI yang bermanfaat bagi ibu menyusui dan ibu balita, yaitu manfaatnya bagi peningkatan gizi bayi, dan pengaruhnya pada kecerdasan dan tumbuh kembang anak. Pada kegiatan ini akan disampaikan pula beberapa teknik untuk memudahkan para ibu dalam melakukan IMD dan memberikan ASI pertama kali kepada bayi. Materi MP-ASI dan makanan bergizi berbasis tanaman lokal seperti kelor diberikan untuk memanfaatkan tanaman yang mudah diperoleh oleh masyarakat Desa Maskuning Kulon. Pada kegiatan ini disampaikan tentang contoh MP-ASI dan makanan bergizi, serta cara membuatnya. Materi disampaikan dengan bahasa yang singkat dan jelas, disertai dengan booklet mengenai makanan bergizi dan cara pembuatannya untuk membantu meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta. Para peserta kegiatan diberikan kesempatan tanya jawab atau diskusi dan leaflet/brosur untuk meningkatkan pemahaman mereka.

3. Hasil dan Pembahasan

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan yang menunjukkan terjadinya masalah gizi kronis yang sangat dipengaruhi oleh kondisi kehamilan, kondisi ibu atau calon ibu, dan masa bayi atau balita. Stunting dapat berakibat terhambatnya perkembangan fisik dan mental anak bahkan dapat meningkatkan resiko obesitas dan penyakit degeneratif (Sartika, 2011; Purwandini & Kartasurya, 2013). Karenanya perlu diperhatikan kondisi kesehatan dan gizi ibu ketika prahamil, saat hamil dan menyusui, serta bayi dan balita pada periode 1000 hari, yaitu 270 hari selama kehamilan dan 730 hari selama kehidupan pertama bayi. Masa ini disebut sebagai periode sensitif karena dampak yang terjadi pada bayi dapat bersifat permanen (Friska, 2017). Oleh karena itu, pelaksanaan penuntasan stunting menjadi urgensi semua pihak dalam rangka menciptakan generasi mendatang yang berkualitas.

Sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pihak mitra yaitu Kepala Desa Maskuning Kulon Kecamatan Pujer Kabupaten Bondowoso. Dalam kegiatan koordinasi tersebut dibahas mengenai kegiatan yang dilakukan dalam rangka memecahkan permasalahan mitra. Pihak mitra mendukung semua kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan karena dengan adanya kegiatan pengabdian ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu sebagai kader sadar gizi, ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita.

Tahapan selanjutnya yaitu optimasi resep pembuatan beberapa makanan tambahan balita berbahan dasar kelor. Kelor dapat digunakan sebagai alternatif dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bagi ibu menyusui dan balita karena merupakan tanaman yang mengandung banyak zat gizi makro dan mikro (Aminah *et al.*, 2015). Tanaman kelor juga mudah diperoleh karena banyak tumbuh di pekarangan warga. Tanaman ini memiliki toleransi terhadap kekeringan hingga 6 bulan dan dapat tumbuh di semua jenis tanah negara tropis (Mendeita-Araica *et al.*, 2013). Kandungan kelor terdiri dari protein, karbohidrat, zat besi, kalsium, kalium, vitamin A, dan vitamin C (Krisnadi, 2015). Pemberian tepung kelor pada ibu hamil dapat menyembuhkan anemia dan menurunkan risiko BBLR (Hermansyah *et al.*, 2014). Tepung daun kelor dapat meningkatkan kadar Hb dan membantu meningkatkan produksi ASI (Wedick *et al.*, 2011; Zakaria *et al.*, 2016).

Menurut Aminah *et al.* (2015), daun kelor dapat dikonsumsi sebagai sayuran dan digunakan untuk fortifikasi berbagai makanan. Daun kelor yang dipakai dalam pembuatan PMT dapat berupa daun segar maupun tepung kelor. Pada Gambar 1 dapat dilihat proses pengolahan daun kelor segar hingga menjadi tepung. Pembuatan tepung daun kelor dapat memudahkan pencampurannya dengan berbagai bahan. Tepung daun kelor dibuat dengan cara daun kelor segar disortasi, dicuci, ditiriskan dan diangin-anginkan. Daun kelor dikeringkan dengan cara menggunakan oven maupun memanfaatkan sinar matahari

(dengan naungan). Daun yang telah kering ditandai dengan mudah diremas dapat dihaluskan menggunakan blender kemudian diayak untuk mendapatkan hasil tepung daun kelor yang halus.



Gambar 1. Proses pembuatan tepung kelor: A. Daun kelor segar; B. Proses pengeringan daun kelor; C. Proses penggilingan daun kelor kering; D. Tepung daun kelor

Pada kegiatan pengabdian ini dilakukan pembentukan kader sadar gizi yang diharapkan membantu memantau status kesehatan dan gizi ibu hamil dan menyusui, bayi, dan balita. Para kader tersebut diberikan penyuluhan dan pelatihan mengenai stunting dan penanganannya. Sedangkan para ibu diberikan penyuluhan dan pelatihan mengenai stunting dan pembuatan makanan bergizi. Dalam hal ini, jenis makanan yang dipilih berupa makanan ringan sebagai alternatif pemberian makanan tambahan (PMT) karena lebih disukai anak-anak.

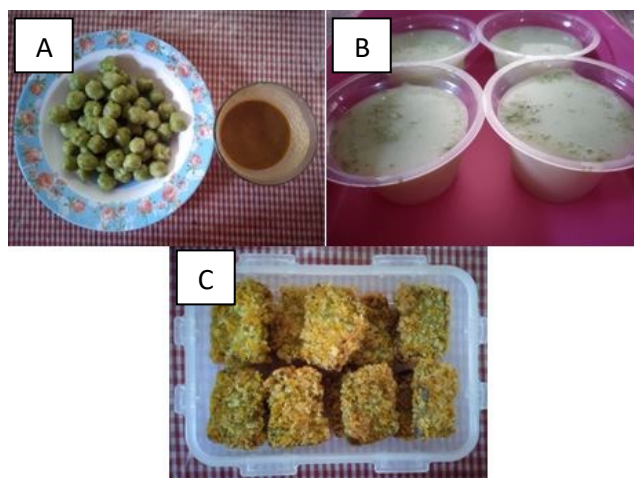
Pada kegiatan ini dilakukan pelatihan pembuatan PMT berupa cilok kelor, puding kelor, dan nugget kelor. Dari beberapa komposisi resep, telah didapatkan komposisi resep terbaik sebagai bahan pelatihan. Berikutnya, dari resep terpilih telah dibuat booklet untuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan PMT. Booklet tersebut berisi petunjuk bahan yang perlu disiapkan, dan langkah-langkah pembuatan dengan bahasa yang mudah dimengerti.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan kader sadar gizi dan para ibu; A. Penyampaian materi stunting oleh pemateri I; B. Penyampaian materi pembuatan PMT berbahan dasar daun kelor oleh pemateri II



Gambar 3. Kegiatan pelatihan kader sadar gizi dan para ibu; A. Praktek pembuatan puding kelor; B. Praktek pembuatan cilok kelor dan nugget kelor



Gambar 4. Beberapa produk olahan daun kelor: A. Cilok kelor; B. Puding kelor; C. Nugget kelor

Selama pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, partisipasi dari mitra sangat baik, mulai dari menyediakan lokasi hingga peralatan yang dibutuhkan untuk kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Para kader Posyandu sebagai kader sadar gizi yang telah dibentuk dan para ibu sangat antusias menghadiri kegiatan penyuluhan dan pelatihan. Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan kepada tim pelaksana kegiatan pengabdian (Gambar 2). Partisipasi kader sadar gizi dan para ibu saat pelaksanaan pelatihan pembuatan makanan tambahan berbahan dasar kelor juga cukup baik. Pada Gambar 3 terlihat bahwa kader sadar gizi dan para ibu terlibat secara aktif dan antusias selama proses pembuatan produk olahan kelor. Hasil praktik pembuatan berbagai produk olahan daun kelor ditunjukkan pada Gambar 4.

Setelah kegiatan pengabdian ini dilaksanakan, dilakukan pemantauan setiap bulan oleh kader sadar gizi melalui Posyandu. Ibu hamil dan menyusui, bayi dan balita dicek kesehatannya dan dilakukan penimbangan berat badan. Selain itu, dilakukan pula pembagian PMT dalam rangka peningkatan gizi dan penanggulangan stunting. Melalui Posyandu, para ibu diberikan materi mengenai gizi agar pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan di rumah. Berdasarkan data yang diperoleh, selama 6 (enam) bulan pelaksanaan kegiatan pengabdian terjadi penurunan prevalensi stunting hingga mencapai 27,97%.

4. Kesimpulan

Dengan adanya kegiatan pengabdian ini, mitra Kepala Desa Maskuning Kulon, kader sadar gizi, dan para ibu merasa terbantu karena dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam penanganan stunting. Penyuluhan mengenai stunting berperan penting dalam pencegahan stunting dan perbaikan status gizi. Dengan adanya pelatihan pengolahan makanan berbahan daun kelor dapat memberikan alternatif makanan bergizi yang enak,

mudah dibuat, dan terjangkau. Selain itu, pelaksanaan pembentukan kader sadar gizi ditujukan untuk membantu memantau status perbaikan gizi balita agar dapat menurunkan prevalensi stunting di Desa Maskuning Kulon.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada LP2M Universitas Jember atas dukungannya melalui Hibah Program Pengabdian Desa Binaan 2019 dengan nomor kontrak 3349/UN25.3.3/PM/2019 dan mitra Kepala Desa Maskuning Kulon yang telah membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Aminah S., Ramdhan T., & Yanis, M. (2015). Kandungan nutrisi dan sifat fungsional tanaman kelor (*Moringa oleifera*). *Buletin Pertanian Perkotaan*, 5(2), 35-44.
- Fajriana, A., & Buanasita, A. (2018). Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian bayi berat lahir rendah di Kecamatan Semampir Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 13(1), 71-80.
- Friska, E.F. (2017). Analisis hubungan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dengan kejadian stunting pada anak usia 12-23 bulan di Sumatera Barat (Analisis data Riskesdas tahun 2013). *Tesis*. Universitas Andalas.
- Hermansyah, Hadju, V., & Bahar, B. (2014). Ekstrak daun kelor terhadap peningkatan asupan dan berat badan ibu hamil pekerja sektor informal. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 5(2), 192-201.
- Kemenkes RI. (2018). *Sosialisasi Gernas Atasi Masalah Kesehatan*. <http://www.depkes.go.id/article/view/18040600001/sosialisasi-germas-atasi-masalah-kesehatan.html> [Diakses tanggal 12 Maret 2021]
- Krisnadi, A.D. (2015). *Kelor Super Nutrisi*. Blora: Pusat Informasi Dan Pengembangan Tanaman Kelor Indonesia.
- Mendieta-Araica, B., Spömdly, E., ReyesSánchez, N., Salmerón-Miranda, F., & Halling, M. (2013). Biomass production and chemical composition of *Moringa oleifera* under different planting densities and levels of nitrogen fertilization. *Agroforestry Systems*, 87(1), 81-92.
- Purwandini, K., Kartasurya, M.I. (2013). Pengaruh pemberian micronutrient sprinkle terhadap perkembangan motorik anak stunting usia 12-36 bulan. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 147-163.
- Sartika, R.A.D. (2011). Faktor risiko obesitas pada anak 5-15 tahun di Indonesia. *Makara Kesehatan*, 15(1), 37-43.
- TNP2K. (2017). *100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Cetakan Pertama. Jakarta Pusat: TNP2K.
- Wedick, N.M., Brennan, A.M., Sun, Q., Hu, F.B., Mantzoros, C.S., & van Dam, R.M. (2011). Effects of caffeinated and decaffeinated coffee on biological risk factors for type 2 diabetes: a randomized controlled trial. *Nutrition Journal*. 10(1), 1-9.
- Zakaria, Hadju, V., As'ad, S., & Bahar, B. (2016). Effect of extract *Moringa oleifera* on quantity and quality of breastmilk in lactating mothers, infants 0-6 month. *Jurnal MKMI*, 12(3), 161-169.